Inteligencia emocional: intervención reeducativa en violencia de género

Arce, R.
Novo, M.
Departamento de Psicología Social, Básica y Metodología, Universidad de Santiago de Compostela.

Fariña, F.
Departamento AIPSE, Universidad de Vigo.

Vázquez, Mª.J.
Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación. Universidad de Granada

Resumen

El "Programa Galicia de Reeducación para maltratadores de género" dirige sus acciones a aquellos penados que estén sometidos a una suspensión (Art. 83.5 CP y Art.33 LO1/2004) o sustitución (Art.88.1 CP y Art.35 LO 1/2004) de las penas privativas de libertad impuestas por delitos relacionados con la violencia de género. La intervención con maltratadores de género pretende lograr, como objetivo general, la reeducación de los mismos mediante el aprendizaje y generalización de una serie de habilidades y destrezas, así como la erradicación de patrones conductuales y culturales desadaptados. Todo ello con el fin último de alcanzar un adecuado grado de ajuste en el agresor, que le posibilite reinsertarse en la sociedad, con la garantía de haber erradicado de su repertorio conductual la violencia. Entre los contenidos de este programa se encuentra el fomento de la inteligencia emocional, bajo la asunción de que ésta se puede potenciar (v.gr. Pasi, 1997). Para ello se aborda principalmente: a) la relación entre cogniciones emociones y conductas; b) la identificación de emociones propias y ajenas; c) la expresión adecuada de los sentimientos; y d) la adaptación del comportamiento a las emociones que presentan los otros. En esta comunicación se presenta cómo se fomenta la inteligencia emocional con este tipo de usuarios.

Abstract

The "Programa Galicia de Reeducación de Maltratadores de Género" directs its activities to those punished that they are put under a suspension (Art.83,5 CP and Art. 33 L.O.1/2004) or substitution (Art. 88.1 and Art.35 L.O. 1/2004) of the privative punishments of freedom imposed by crimes related to the sort violence. The intervention with men who batter tries to obtain, like general mission, the reeducation of such by means of the learning and generalization of a series of abilities and skills, as well as the eradication of desadaptative behavioural and cultural patrons. All it with the last aim to reach a suitable degree of adjustment in the aggressor, whom it makes possible to him to reinsert itself in the society, with the guarantee of to have eradicated of its conduct repertoire the violence. Between the contents of this program is the promotion of emotional intelligence, under the assumption of which this once can be harnessed (v.gr., Pasi, 1997). For it is approached mainly: a) the relation between cognition, emotions and conducts; b) to identify the own and other people´s emotions; c) the suitable expression of feelings; and d) the adaptation of the behaviour to the emotions that present/display the others. This work presents how emotional intelligence is fomented.

Introducción

La teoría de la inteligencia emocional propuesta por Salovey y Mayer (1990) aporta un nuevo marco conceptual para investigar la capacidad de adaptación social y emocional de las personas (Mogardo, 2007); así lo evidencian los estudios que advierten de la influencia de las emociones sobre procesos cognitivos y la toma de decisiones. No en vano, se estima que la experiencia emocional y su regulación resulta fundamental en la predicción de la intención de repetir conductas de riesgo en el futuro, así como conductas violentas, en especial, las ejercidas contra la pareja (véase, el SARA: Manual para la valoración del riesgo de violencia contra la pareja, Andrés-Pueyo y López, 2005). De hecho, múltiples investigaciones han puesto de relieve la vinculación entre un mayor acaloramiento emocional y una mayor propensión de agredir a otras personas (Andrews y Bonta, 2006). En este sentido, Echeburúa y Fernández-Montalvo (2009) señalan que los agresores suelen presentar una falta de control de impulsos e irritabilidad. Es más, la emocionalidad desatada y la ausencia de emociones solidarias se asocia con una parte importante de delitos violentos (Redondo, 2008).

En base a los expuesto con anterioridad, en el presente trabajo se presenta uno de los subprogramas comprendidos en el "Programa de Reeducación para Maltratadores de género", concretamente, centrado en el desarrollo de la inteligencia emocional. El citado programa está compuesto por 52 sesiones, con un formato individual y grupal, que abordan los déficit en competencias emocionales, cognitivas y conductuales que están relacionados con la violencia de género. En la primera parte de la intervención se presta especial atención a los aspectos motivacionales del programa, tales como la aceptación de su propia responsabilidad en el delito cometido y la motivación para el cambio. La segunda parte se centra en el cambio de actitudes y de creencias sobre la mujer y el uso de la violencia. La tercera parte se ocupa del entrenamiento en habilidades básicas de comunicación, de resolución de problemas, así como de control y regulación emocional. Por último, señalar que también incluye una intervención específica en la prevención de recaídas, referida a la identificación de situaciones de alto riesgo para la violencia y, a la enseñanza de habilidades de afrontamiento adecuadas en estas circunstancias. Dado que este programa se aplica en el marco de una medida penal, se emiten informes periódicos de seguimiento, además del informe final valorativo del grado de aprovechamiento del programa.

Descripción de la propuesta de intervención

Objetivo de la intervención

El objetivo general del programa es lograr la reeducación psicosocial de los maltratadores de género, y los objetivos específicos de esta propuesta de intervención incluyen los siguientes: identificación de las emociones propias y ajenas; expresión adecuada de los sentimientos; control y regulación de las emociones propias y ajenas; adaptación del comportamiento a las emociones que presentan los otros; adquisición de pautas conductuales no agresivas o violentas y, por último, mantenimiento y generalización de los logros.

Contenidos de la intervención

Se destinan diez sesiones del programa al desarrollo la inteligencia emocional, de las cuales la mitad se efectúan en grupo y la otra mitad individualmente. El primer bloque de sesiones se reserva a desarrollar la atención, la percepción y la comprensión de las emociones propias y ajenas, centrándonos en tópicos tales como: componentes de las emociones; la intensidad y la cualidad de las emociones; el contagio emocional y la empatía. El segundo bloque se ocupa de enseñar a los penados a controlar los estados de ira mediante la identificación de los disparadores de ésta; el uso de estrategias reductoras y el empleo de la autoevaluación y el autorrefuerzo. Para el caso, se considera oportuno entrenar la reducción de los sentimientos negativos disfuncionales y el adecuado reconocimiento de los funcionales. Al respecto, cabe reseñar que, en algunas situaciones estresantes, la reducción de las emociones negativas puede tener más sentido que intentar reforzar emociones positivas; por ello, el siguiente bloque se centra en desarrollar técnicas de relajación. De forma complementaria, se contempla una sesión para entrenar al maltratador en la potenciación de emociones positivas. Finalmente, se efectúa una sesión de repaso para afianzar las habilidades entrenadas en el bloque de inteligencia emocional.

Técnicas que integran el entrenamiento en control y regulación emocional.

Las técnicas de regulación emocional con maltratadores de género se basan en que muchas acciones violentas en la pareja, con frecuencia, pueden precipitarse como resultado de una dificultad para el manejo apropiado de situaciones conflictivas. En todos estos supuestos suele estar implicada una secuencia que incluye generalmente tres elementos: 1) carencia de habilidades conductuales; 2) interpretaciones inadecuadas de las interacciones sociales o de las situaciones o hechos y 3) una exasperación emotiva que puede implicar el enfurecimiento y una posible agresión tanto verbal como física a otras personas. En consecuencia, el tratamiento no puede ser simple, sino que debe ser multifacético, de manera que integre las áreas mentadas anteriormente.

Técnicas para desarrollar conductas incompatibles con la conducta problema.

Es habitual que los maltratadores de género presenten comportamientos inapropiados y dañinos para otras personas o para sí mismos; y más aún, cuando pierden el control de las emociones. En opinión de Redondo (2008), el análisis funcional del comportamiento sigue siendo la herramienta básica prescrita para el tratamiento, tanto de las conductas problemáticas como de los pensamientos y de las

emociones que pueden acompañarlas. Para ello se dispone de una serie de técnicas de reducción del comportamiento disfuncional, a saber:

Programa ambiental de contingencia para eliminar las conductas vinculadas al descontrol emocional

Se propone un diseño, fundamentado en los principios del condicionamiento operante y el aprendizaje social, para regular el funcionamiento interno del programa, en razón del cumplimiento de las obligaciones establecidas en el Reglamento de Régimen Interno, donde se informa de las conductas que deben mantener y las que han de extinguir, especificando las consecuencias asociadas a la persistencia de comportamientos que interfieren en el adecuado aprovechamiento del tratamiento reeducativo. Se trata de un diseño basado en fases progresivas, por lo que se establece un gradiente creciente de exigencia a los penados, en cuanto a la consecución de objetivos reeducativos como el logro del control emocional. La valoración de la evolución de los penados es efectuada trimestralmente, previo informe del Equipo Técnico, por la Junta de Evaluación y Tratamiento, quienes deciden su posible ascenso o descenso de fase.

Contratos conductuales que propician la aparición de emociones inhibidoras de la conducta violenta

Se formula acuerdo por escrito, en el que el maltratador, al inicio de la intervención, asume ante el equipo técnico la responsabilidad de su conducta violenta y acepta la necesidad de un cambio, así como una serie de compromisos en relación con su participación regular en el tratamiento y el logro de los objetivos previstos. Asimismo, se prevén las consecuencias tanto favorables como desfavorables derivadas del cumplimiento de dicho acuerdo. Esta técnica, a nuestro entender, facilita la construcción de un razonamiento moral más avanzado que, de acuerdo con lo formulado en la teoría sociomoral, reduce el riesgo de reincidencia de las conducta violentas, en tanto que potencia la capacidad de adoptar una perspectiva social y de empatizar con la víctima, así como de asumir valores acordes con la Ley.

Modelado de conductas de regulación emocional

Mediante la utilización de modelos pueden promoverse al menos tres tipos de cambios de comportamiento (Redondo, 2008): 1) enseñar nuevos comportamientos; 2) alterar la frecuencia aumentando o disminuyendo los comportamientos existentes; 3) proveer indicaciones o sugerencias conductuales, lo que se ha denominado facilitación conductual. Así pues, de acuerdo a la teoría de aprendizaje social, se estima que los maltratadores que son expuestos a modelos que reciben consecuencias negativas tras responder de forma violenta, ante una situación generadora de tensión, tienden a inhibir o eliminar dichas conductas. Para ello el equipo técnico u otro modelo realiza la secuencia conductual en cuestión, mostrando a los penados los aspectos más relevantes.

Role-playing de conductas de regulación emocional

Esta estrategia no sólo permite ensayar las destrezas y las habilidades entrenadas para afrontar situaciones generadoras de tensión dentro de la pareja, sino que también propicia el desarrollo de una perspectiva social.

Retroalimentación y reforzamiento diferencial de la respuesta emocional

Ambas técnicas proporcionan información al maltratador sobre la conducta realizada. Así, el reforzamiento diferencial mediante consecuencias gratificantes de respuestas emocionales controladas permite confirmar al penado la adecuación de la conducta ejecutada. Por su parte, la retroalimentación puede emplearse como mecanismo corrector, si se pretende alterar alguno de los componentes de la conducta; o enriquecedor, si se intenta sumar algún elemento. En este caso, el objetivo final es que el penado sea consciente de la necesidad de variación de su comportamiento, en especial de su respuesta emocional, para adaptarlo a las circunstancias cambiantes.

Instrucciones para el aprendizaje de la regulación emocional

Se proporciona información concreta a los penados sobre las diferentes destrezas y habilidades que se van a entrenar para aprender a controlar sus posibles explosiones de ira. De esta forma, se garantiza que conozcan qué deben aprender y cómo deben aplicarlo y, además sean capaces de identificar cuáles son las mejores habilidades fácticas para controlar sus estados de tensión, de manera que logren enfrentarse eficazmente a las situaciones de conflicto conyugal.

Técnicas para desarrollar cogniciones que favorecen el autocontrol emocional.

La literatura advierte de la necesidad de entrenar a los maltratadores de género en la identificación de aquellos pensamientos automáticos que se precipitan en ellos cuando acontecen las conductas violentas contra su pareja. Cabe señalar que algunos pensamientos automáticos suelen asociarse a un marcado malestar personal y, por extensión, a emociones muy intensas o excesivas. Así pues, uno de los objetivos del programa es ayudar al penado a desarrollar modos de pensamiento interpersonal más ajustados y responsables, en tanto que éstos, por un lado, modulan la funcionalidad de las emociones y, por otro, reducen el riesgo de volver a agredir.

Desarrollo y reestructuración del pensamiento

Se proporciona información a los penados sobre el modo probable en que se generan sus episodios explosivos en conexión con sus interpretaciones distorsionadas de la situación, al tiempo que se indica cómo deben redefinir operativamente el problema, modificando las estructuras de los pensamientos distorsionados asociadas a emociones negativas intensas. Más aún, se trabaja la secuencia que se produce en la escalada de la ira propiciada por "pensamientos calientes", esto es, precipitantes de las reacciones violentas. Particularmente, se entrena para evitar la rumiación, interrumpiendo la actividad de pensamientos negativos y la focalización pasiva y repetitiva en las propias emociones negativas. Para promover el cambio cognitivo se utilizan la reatribución, el cuestionamiento de la evidencia y la técnica de la triple columna.

Técnicas para desarrollar habilidades y estrategias de autocontrol emocional.

Seguidamente se exponen algunas técnicas de majo de la ira que deben estar presentes en la intervención con maltratadores de género.

Técnicas de autocontrol de la ira

Se pretende el conocimiento y regulación de las propias emociones, principalmente las asociadas a comportamiento violentos. El logro de este objetivo requiere la consecución de una serie de pasos: 1) autoconocimiento emocional: autoobservación y autorregistro de la escalada de la ira y de las situaciones evocadoras de la misma; 2) instrucción en estrategias que permiten reducir o neutralizar las emociones negativas y, en especial, la ira: reestructuración cognitiva, distracción cognitiva, parada de pensamiento y relajación y 3) aplicación de las técnicas en una situación concreta de la relación de pareja.

Técnicas de control de activación emocional.

Los maltratadores deben ser capaces de detener o interrumpir sus emociones negativas y, en especial, la ira, mediante el uso de técnicas de detección de las señales internas de tensión y el control de las mismas. En el programa optamos por el empleo de dos técnicas de control de la activación: la relajación progresiva o diferencial y el entrenamiento autógeno.

Técnicas empleadas para consolidar las habilidades y prevenir recaídas.

Se espera que el tratamiento descrito previamente modifique las cogniciones, las emociones y las conductas de los maltratadotes con el objetivo de reducir su riesgo de reincidencia. No obstante, dichos cambios no siempre son definitivos, sino que se producen recaídas. Así pues, la rehabilitación de los maltratadores de género debe promover la generalización de los logros alcanzados a los contextos de la vida cotidiana y prevenir las recaídas.

Conclusiones

Para finalizar, significaremos algunas consideraciones: 1) la inteligencia emocional debe ser incluida en la prevención de los maltratadores de género, así como en la rehabilitación y evitación de recaídas de éstos (Arce y Fariña, 2007; 2009); 2) la inteligencia emocional es una metahabilidad que determina en qué medida podemos utilizar adecuadamente otras destrezas que poseemos (Bisquerra, 2000); 3) la prevención de las conductas delictivas y, en especial, las de naturaleza violenta demandan un entrenamiento en el control de la ira, que proporcione a los sujetos recursos personales que les permitan anticipar, detectar y controlar aquellas emociones que pueden conducir a una agresión (McGuire, 2006). En suma, estimamos, en consonancia con otros autores (p.e., Fernández-Berrocal y Ramos-Díaz, 2002), que la inteligencia emocional se presenta como un objetivo pertinente de la intervención con maltratadores de género.

Referencias

Andrés-Pueyo, A. y López, S. (2005). *SARA: Manual para la valoración del riesgo de violencia contra la pareja*. Barcelona: Publicaciones i Edicions.

Andrews, D. y Bonta, J. (2006). *The Psychology of Criminal Conduct* (4ª ed.). Cincinnati, USA: Anderson Publishing C.

Arce, R. y Fariña, F. (2007). Intervención psicosocial con maltratadores de género: En J. M. Sabucedo y J. Sanmartín, *Los escenarios de la violencia* (pp. 29-43). Barcelona: Ariel.

Arce, R. y Fariña, F. (2009). Intervención con penados en libertad por violencia de género: "Programa Galicia para la reeducación de los maltratadores de género". En F. Fariña, R. Arce y Buela-Casal, G. (Eds.), *Violencia de género: tratado psicológico y legal* (pp. 235-249). Madrid: Biblioteca Nueva.

Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Editorial Praxis.

Echeburúa, E. y Fernández-Montalvo, J. (2009). Evaluación de un programa de tratamiento en prisión de hombres condenados por violencia grave contra la pareja, *International Journal of Clinical and Health Psychology*, *1*(9), 5-20.

Fernández-Berrocal, P. y Ramos, N. (2002). *Corazones inteligentes*. Barcelona: Kairós.

McGuire, J. (2006). Explanations of criminal behaviour. En J. McGuire, T. Mason y A. O'Kane (Eds.), *Behavior, crime and legal processes. A guide for forensic practitioners* (pp. 135-159). Chichester: John Wiley and Sons.

Mogardo, I. (2007). *Emociones e inteligencia social. Las claves para una alianza entre los sentimientos y la razón*. Barcelona: Ariel.

Pasi, R. J. (1997). Success in high school and beyond. *Educational Leadership, 54*(8), 40-42

Redondo, S. (2008). *Manual para el tratamiento psicológico de los delincuentes*. Madrid: Pirámide.

Salovey, P. y Mayer, J.D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality, 9*, 185-211.